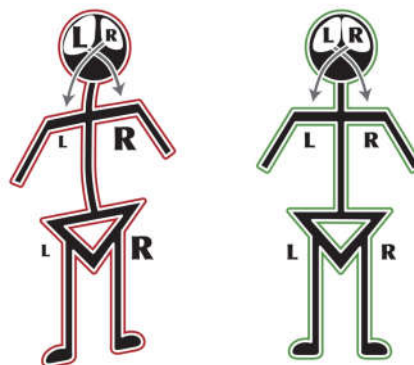


GroterGeheel

praktijk voor bewustwording en balans

Ervaringen met de balansbehandeling

"Ik ben sinds enkele weken in behandeling bij Ko.



Vier jaar geleden heb ik een busongeluk gehad en ben daarbij hard met de zijkant van mijn hoofd tegen het raam van de bus geklapt. Sindsdien is het rotgevoel in mijn hoofd begonnen.

De eerste periode na het ongeluk dacht ik last te hebben van een hersenschudding dus hoopte mij na enkele weken beter te voelen, maar helaas werd het allemaal alleen maar erger.

Ik had heel veel klachten, zoals last van mijn evenwicht, gevoel op een boot te zitten, drukkend gevoel in mijn hoofd en op mijn slapen, veel moeite met lezen en concentreren. Door al deze klachten bleef ik steeds meer thuis, ik ontzag het om de straat op te gaan, dat voelde eng en heel vervelend.

Ik ben na een paar maanden naar de huisarts gegaan die mij doorstuurde naar de k.n.o. arts voor een evenwichtstest en onderzoek van mijn oren, dit bleek allemaal in orde te zijn. Ik ben ook bij een fysiotherapeut, manueel therapeut, een osteopaat, en zelfs een psycholoog geweest... Dit hielp allemaal weinig tot niets.

Tot ik op de website van GroterGeheel terecht kwam.

Ik ben nu in totaal vijf keer bij Ko geweest en heb zeker al voor 80% minder last van mij hoofd! Hoe bestaat het dat door één handeling van Ko mijn klachten al zo veel minder zijn!

Ik wilde dat ik dit vier jaar geleden had geweten, wat had mij dit veel ellende en verdriet bespaard! Ik hoop dat mijn hoofd over een poosje weer 100% voelt en ik zal bij terugval of andere klachten zeker weer naar Ko terug gaan. Ko bedankt!!" A.F.

“Ruim een jaar geleden ben ik voor de eerste keer bij Ko geweest met wat vage nekkklachten. Na twee sessies voelde ik me weer helemaal prima.

Onlangs had ik ineens akelige pijn in mijn nek die via mijn rechterschouder en bovenarm uitstraalde tot in mijn pink. Overdag een vervelende zeurderige pijn, maar 's nachts zo onaangenaam dat ik op geen enkele manier kon liggen en daardoor niet kon slapen.

Na drie slapeloze nachten heb ik Ko gebeld. Daar kon ik gelukkig nog dezelfde dag terecht. Na de balansbehandeling, die werkelijk heel subtiel is, voelde ik direct al verbetering. De pijn gleed geleidelijk weg en ik kon ook voelen dat er in mijn hoofd iets was gebeurd. Ik kan dat gevoel niet zo goed omschrijven, het leek net of er meer ruimte was ontstaan, minder druk.

De pijn is niet meer teruggekomen. Wat een mooie methode, totaal niet eng, en Ko doet dat fantastisch, zo rustig en beheerst.” A.M.

“Ik was oververmoeid en als alleenstaande moeder met een ziek kindje van vier met onder andere epilepsie, paniekaanvallen en tubereuze sclerose was de situatie onhoudbaar geworden. Na vier jaar slapeloze nachten stond ik letterlijk op instorten.

Gelijk na de eerste keer kreeg ik weer energie. Na een maand of drie voel ik me weer helemaal fit, alsof ik uit de dood ben opgestaan.

Ko is ook meteen aan de slag gegaan met mijn dochttertje. Na een paar keer begonnen de paniekaanvallen af te nemen. Op een keer had ze een aanval in haar slaap terwijl Ko op bezoek was. Haar pupillen waren sterk verwijfd. Meteen na de balansbehandeling zag je de pupillen in een paar seconden weer normaal worden.

Momenteel gaat het ook met mijn dochter een stuk beter. Ze slaapt nu meestal door en heeft geen paniekaanvallen meer. Ik wil Ko bij deze dan ook hartelijk bedanken!” M.T.

“Na het overlijden van mijn man in augustus 2010 kwam ik in een stressvolle situatie, omdat ik geen begrip kreeg op mijn werk over mijn ziekteverzuim.

In januari 2011 zat ik tegen een burn-out aan en zag een advertentie van Ko. Ik ben 8 keer bij hem geweest en voelde vanaf de eerste keer een heerlijke rust over mij komen. Na een paar sessies kwamen de sprankelende lichtjes weer terug in mijn ogen en voelde ik mijn energie weer terug komen. Het is nu begin juni 2011 en ik zit weer lekker in mijn vel, vol nieuwe levenslust.

Ik dank Ko voor zijn liefdevolle oprechte aandacht en zijn humor.” C.W.

“Ongeveer 2 jaar geleden begon ik zomaar last van rugklachten te krijgen. Ik dacht dat deze pijn wel vanzelf over zou gaan, maar het werd alleen maar erger. Ik kreeg steeds meer steken in mijn rug en ik moest met alles wat ik deed rekening houden, zoals autorijden, sporten, afwassen en nog veel meer kleine dingen.

Eerst ging ik naar de dokter, die mij doorverwees naar een fysiotherapeut. De fysiotherapeut behandelde mijn rug, maar zodra ik buiten was, begon de pijn weer. Dit hield ik een tijdje vol zonder resultaat.

Vervolgens ging ik nog een keer naar de dokter, die mij weer doorstuurde naar het ziekenhuis voor een botscan. Er was niets opvallends te zien aan de röntgenfoto's. Dit frustreerde mij erg, omdat ik zoveel pijn had. De dokter vertelde dat het allemaal wel mee zou vallen en stuurde mij weer door naar een osteopaat. Deze behandelingen hadden duidelijk effect, maar de pijn keerde weer terug. Ik was ten einde raad.

Op een doordeweekse dag besloot mijn vriendin om te gaan floaten in het FloatPlaza te Rotterdam. Zij vroeg of ik mee wilde gaan. In plaats van floaten koos ik voor een sportmassage. De persoon die mij een sportmassage gaf, vertelde dat er een collega was die mij wel zou kunnen helpen. Nadat hij mij Ko's kaartje had gegeven, verbaasde het mij dat Ko in Middelburg woonde, omdat ik in Oost-Souburg woon. Ik vond het zeker de moeite waard en besloot om een afspraak te maken.

Ko constateerde al snel dat mijn lichaam uit balans was en paste voor het eerst de balansbehandeling bij me toe. Dit had zoveel effect op mijn lichaam. De pijn was meteen minder en ik voelde me zo licht als een veertje. Ik kon het gewoon niet geloven. Ko vertelde mij waar de pijn vandaan zou kunnen komen, voor een genezing moest ik mezelf er van bewust worden.

Hierop volgden nog meer sessies. Af en toe wil mijn rug nog wel eens pijn doen, maar niet meer zo erg als hoe het was geweest. Tot op heden ga ik nog steeds naar Ko, dit wil ik zeker blijven doen. De sessies bij Ko hebben mij zoveel geholpen, dat de vermoeidheid die ik had door de pijn, totaal is verdwenen. Een hele verlichting, waardoor ik me 10 keer beter voel!!!

Kortom, mijn advies is om een afspraak te maken met Ko. Wees niet bang voor het onbekende. Het is simpel, maar zo doeltreffend. Voor mij heeft het echt geholpen en ik ben daar heel dankbaar voor.” E.V.

“Uit nieuwsgierigheid maakte ik de 1e afspraak. Ik had bij een ZiMo (zien en motoriek) consult in Goes een zeer bijzondere ervaring gehad met het aanmeten van mijn brillenglazen. Ook hij ging (via de ogen informatie) uit van een samenwerking tussen linker en rechter hersenhelft. Toen ik dus (per toeval) je site las, was de nieuwsgierigheid gewekt.

De 1e sessie had al een opvallend resultaat, hoewel ik niet direct wist waarvoor ik kwam. Je constateerde dat de beenlengte verschilde, maar dat wist ik al jaren van fysiotherapeuten. “Is bij vele mensen zo en je kan er goed mee leren leven.” Met zo af en toe meer of minder rugklachten ging dat ook. De “krachtmetingen” in linker en rechter arm die je deed, hadden overeenkomst met de ZiMo consult.

Na de 1e sessie en de korte rust controleerde je weer beenlengte en het verschil in kracht tussen linker- en rechterarm. Op beide feitelijke zaken constateerde jij (en ik) direct resultaat: beenlengte verschil weg?! en krachtverschil weg?! Een vreemde gewaarwording, zo’n direct resultaat.

Bij de volgende sessies bleek, na je controles, dat het resultaat blijvend was en de tussenperiodes konden dus steeds langer. Kan mij nog herinneren dat je bij de 2e keer vroeg naar mijn ervaringen en ik vertelde je mijn opgewekte stemming op weg naar huis in de auto. Ik had mijzelf betrap: fluitend in de auto??!! Ik fluit zelden, laat staan in de auto. Moeilijk om dit bij de bovenstaande feitelijke constatering te leggen en dit zonder meer toe te schrijven aan de balansbehandeling, maar ik heb duidelijk minder last van negatieve gevoelens. Door een veranderende leidinggevende had ik, na 42 goede dienstjaren, het laatste anderhalf jaar regelmatig (zeer) depressieve buien. Meer zeggen wat je denkt met wel vaker een cynische ondertoon (hopelijk tijdelijk) is er voor in de plaats gekomen.

We houden contact vanwege de toekomstige ‘onderhoudssessies’.

Ko, bedankt.” D.B.

“Na een gebeurtenis die ik als traumatisch had ervaren, kreeg ik mijn hoofd niet meer stil en was ik emotioneel wat ontregeld. Daardoor sliep ik een half jaar niet of nauwelijks. Na twee weken met twee balansbehandelingen per week, sliep ik opeens weer! Ook ben ik er goed mee geholpen als ik last van mijn rug of nek heb.

Inmiddels gebruik ik de balansbehandeling zo eens per maand als ‘onderhoud’ en is het een fijn hulpmiddel in de gevallen dat ik met iets vastloop. Ik ken geen ander proces waarmee je zo snel zoveel spanning los kunt laten. Daarbij geeft het me vaak een diep vredig gevoel, een gevoel dat ik weer dichterbij mezelf ben gekomen.” J.R.

“Ik loop al sinds mei dit jaar met erg veel lichamelijke klachten. Dit zijn onder andere slapeloosheid, spanning vast houden in mijn schouders, last van mijn heup, vooral als ik mega veel loop, en nog wat dingen. Voor de slapeloosheid had ik van de huisarts medicijnen gekregen om toch goed te kunnen slapen. Wel dat deed ik ook wel met die medicijnen, maar ja ik neem ze natuurlijk liever niet.

Mijn vriendin wees me op de site van Ko en het sprak me op de één of andere manier gelijk aan. Ik had zo iets van baat het niet dan schaaft het niet. Dus ik ben gelijk gaan bellen en kon al snel bij hem terecht. Mijn voornaamste reden om te gaan was de slapeloosheid en de spanningen die ik allemaal vast houdt.

Na een duidelijke uitleg van Ko kon ik op de tafel gaan liggen en ging hij aan de slag met mij. Ik merkte gelijk het verschil wat betreft de spanning in mijn lichaam. Ik voelde me zo licht als een veertje. En voor het eerst in een lange tijd stond ik weer recht. We hebben toen afgesproken dat ik die avond zou proberen om zonder medicijnen te gaan slapen. Dus ja ik was erg benieuwd hoe het zou verlopen.

Eenmaal thuis gekomen was ik nog steeds erg onder de indruk van wat hij deed. Dat zo'n korte handeling zoveel verandering kan brengen bij een mens, onvoorstelbaar. Toen ik thuis kwam, was ik erg actief en ben als een gek aan de schoonmaak gegaan. Daarna stortte ik in, ik werd ineens uit het niets doodmoe. Ik ben toen even op de bank gaan liggen. Maar na het avondeten hield ik het niet lang vol. Ik moest gewoon om 19.30u al naar mijn bed, mijn ogen vielen gewoon dicht.

Die nacht ben ik om 01.45u even wakker geweest om naar het toilet te gaan en ik dacht gelijk dat ik niet meer in slaap zou komen, maar niets was minder waar. Ik sliep zo weer in en ik werd die morgen pas om 09.00u wakker. Ik kon dus gelijk het verschil merken en ben super blij dat ik de stap heb genomen om dit te doen.

Nu ga ik nog elke week 1 keer en binnenkort wil ik dit gaan afbouwen met Ko, om te zien of mijn lichaam het evenwicht langer zal vast houden.

Iedereen met klachten kan ik aanraden om dit een keer te proberen. Ik ben dolgelukkig dat ik sinds mijn eerste sessie zonder medicijnen kan slapen, heerlijk, en me weer fit voel en niet meer zo gespannen. Dus ik ben mijn vriendin nog steeds dankbaar dat ze mij Ko's internetsite heeft doorgegeven. Dit heeft zeker een verandering bij mij gebracht ten goede en ik ga er zeker mee door.” A.V.

“De balansbehandeling is typisch een van die dingen die niet volledig kunnen worden uitgelegd aan degenen die het niet hebben geprobeerd; je kunt de waarde of het effect ervan niet vatten tenzij je het persoonlijk uitprobeert en je je eigen gevoelens/reacties observeert.

De balansbehandeling zelf wordt zeer snel uitgevoerd, in minder dan een minuut. Wat is nu deze ervaring? Kort gezegd voelde ik me vooral de eerste keren erg licht, “mentaal stil” alsof mijn gedachten ontegenzeggelijk waren vertraagd of zelfs plotseling verdwenen. Op bepaalde manieren wenste ik dat ik op die momenten niet hoefde te studeren daar ik het gevoel had dat het een moment was dat mijn organisme aangreep om zichzelf opnieuw op te laden van het harde werk aan de Roosevelt Academy. Desalniettemin leefden de gemoedstoestand en algemene gezondheid sterk op.

Ik adviseer iedereen om de balansbehandeling tenminste één keer te proberen. Sommigen zullen ervan genieten, sommigen zullen misschien bijna niets voelen. We zouden onszelf niet moeten onthouden van nieuwe dingen waar we nog nooit van hebben gehoord; in het bijzonder als het de mogelijkheid biedt een groot en waarneembaar voordeel te behalen. We leren van een verscheidenheid aan ervaringen in het leven en we kunnen geen enkele op voorhand uitsluiten.”
G.R.

“Een goede vriend van mij was bij Ko langs geweest en vertelde mij hoe enthousiast hij was over de balansbehandeling. Zijn positieve ervaringen zette mij ertoe aan wat meer over dit proces te weten te komen en uiteindelijk een afspraak bij Ko te maken.

Zelf had ik al geruime tijd te kampen met een dwangneurose (obsessieve en compulsieve stoornis kortweg OCS) waarvoor ik in behandeling ben gegaan bij een plaatselijk geestelijk gezondheidscentrum. Hoewel ik tijdens de therapeutische sessies meer inzicht kreeg in mijn eigen denkpatronen, gevoelswereld en dagelijks functioneren had ik vaak het gevoel dat eerder de oppervlakkige gevolgen (de dwanggedachten en dwanghandelingen) werden behandeld en niet zozeer de dieperliggende oorzaken werden aangepakt. Daardoor leek het probleem zich steeds weer te verschuiven en was ik van mening dat ik er zo goed en zo kwaad mogelijk mee moest leren leven.

Toen ik bij Ko aankwam voelde ik mij in eerste instantie niet zozeer op mijn gemak, maar ik werd al gauw gerust gesteld door zijn grondige uitleg van wat er te gebeuren stond. Meteen viel mij zijn kalme en oprechte houding op en legde ik niet alleen mijn vertrouwen maar ook mijn hoofd in zijn handen.

De eerste keer werd ik niet zozeer iets gewaar buiten dat de spanning in mijn nek aanzienlijk verminderd was en dat ik weer recht in mijn schoenen stond. Ik besloot om nog enkele keren naar

Middelburg af te reizen en mijn ontdekkingsstocht over de gehele identiteit van ons mensen verder te zetten.

De balansbehandeling betekent voor mij een goede ondersteuning van mijn eigen bewustwordings- en helingsproces en nodigt mij verder uit om echt bewust te leren Zijn. Ik leerde dat de uitdagingen die ik in mijn leven tegen ben gekomen potentiële groeikansen kunnen betekenen, als je ze maar wil zien. Een positievere levenshouding (geestestoestand) die voor iedereen binnen handbereik ligt.

Ik hoop uit de grond van mijn hart dat het voor mijn medemensen evenveel zoniet nog meer mag verruimen en opruimen zodat eenieder kan zeggen dat de rook om zijn of haar hoofd is verdwenen.” D.M.

“Het voorstel kwam heel onverwacht. Of ik ook niet eens een balansbehandeling wou ervaren? Ik had al wel een en ander gelezen op de webstek van Ko. Vanwege mijn spirituele interesse en studies van de voorbije jaren heb ik ook al verschillende behandelingswijzen bestudeerd, gedaan en meegemaakt. Ik nam het voorstel dan ook meteen dankbaar aan. Mijn vrienden Liselotte en Luc waren eerst aan de beurt zodat ik – mede dank zij de uitleg van Ko – precies wist wat er te gebeuren stond en hoe het allemaal werkt. De rustige zelfzekerheid, de bekwame handelingen en de voelbare toewijding van Ko maakten dat ik me volledig in vertrouwen overgaf aan wat komen zou.

Met een eenvoudige en trefzekere observatie stelde Ko de onevenwichten vast in mijn lichaam. Het klopte totaal met mijn aanvoelen. Vooral de spanningen in mijn nek zijn voor mezelf een tastbaar bewijs van opgehoopte spanningen en emoties. Het wat korter of langer, hoger of lager, sterker of zwakker zijn van ledematen en spieren – daar lig ik niet meteen wakker van, maar het was best interessant dit te weten te komen. Een bepaalde beweging die Ko maakte, deed me denken aan het effect van de Chi-machine. Die werkt bij mij ook corrigerend en weldadig; ik moet dat maar weer eens regelmatigiger doen.

Het eigenlijke proces van de depolarisatie zag er vrij vervaarlijk uit toen ik dit bij de anderen toegepast zag. Maar op de tafel zelf viel dat reuze mee. Ko deed alles eerst heel langzaam voor en dat voelde heel soepel en natuurlijk aan. Na deze “generale repetitie” was ik er helemaal klaar voor. Vol vertrouwen en in alle rust en kalmte wachtte ik “het moment suprême” af.

In één flitsende beweging voelde ik mij als het ware weggeslingerd uit mijn lichaam en dat ene ondeelbare ogenblik beleefde ik een soort uittredingservaring. Alsof ik heel even mijn zuiver “zijn” beleefde om dan meteen weer in mijn lichaam te komen. Het gebeurde wel zo snel dat er niet eens tijd was voor een gelukkig gevoel of een mystiek ervaringsmoment zoals ik wel eens beleefd heb in het hooggebergte of bij een diepe meditatie. Maar het was wel een gelijkaardige

gewaarwording, een – zij het heel kortstondig – besef van eenheid met de Bron van Al-wat-is. Het navoelen (ik bleef heerlijk rustig liggen op de tafel) was dan ook zalig. Het voelde aan alsof alles in mijn lichaam eens goed op zijn plaats geschud werd. Het nachecken van Ko bevestigde dit, want de evenwichten waren hersteld: alles even lang en sterk, precies in balans. De spanningen in mijn nek waren als het ware weggeslingerd. Net alsof ik een heerlijke nekmassage had gekregen. Kortom, een zalige ervaring die zeker voor herhaling vatbaar is.” A.S.

“Als gelijkgestemden regelden we onderling een ontmoeting bij ons thuis, samen mediteren en gedachten uitwisselen. Het is leuk om de kwaliteiten en interesses van elkaar te leren kennen. Zo liet ik Ko kennis maken met de deugden van de klankschalen, terwijl hij mij zou ‘inwijden’ in de balansbehandeling.

Uit een volumineus bagagepakket toverde Ko een speciale ligtafel tevoorschijn. Na een grondige toelichting over wat komen zou, begon Ko met het uitmeten van mijn lichaam, gevolgd door spiertesten. Deze testen geven een tastbaar beeld van wat er zich binnenin afspeelt. Ik bleek toch wel wat uit balans te zijn en in de nek worden duidelijke spanningsvelden waargenomen (geen verrassing voor mij, ik leef al gans mijn leven met het gevoel dat er niet voldoende bloeddorstrooming is naar het hoofd, wat een drukkend gevoel geeft).

Ko demonstreerde de beweging van de balansbehandeling in slow-motion, zodat je jezelf een beeld kon vormen van wat komen zou. Ik had Ko het ganse gebeuren reeds zien toepassen op mijn partner, en ik moet zeggen “het ziet er niet uit.” De plotse schok die de persoon op tafel maakt, deed beelden van verpleegkundigen in een ziekenwagen aanrukken. Ik zag ambulanciers een hartpatiënt reanimeren d.m.v. een hartdefibrillator! Gelukkig zag ik dat mijn partner het helemaal anders beleefde, zodat ik toestemde bij de vraag of ik zeker was dat hij mocht verder gaan met de eigenlijke behandeling. Toegegeven, het is en blijft toch effe schrikken, zo’n plotse beweging, maar het ziet er allemaal veel angstaanjagender uit dan het werkelijk is.

Achteraf werd door de spiertesten vastgesteld dat het proces zijn effect niet gemist had. Het lichaam had zich terug in balans gebracht en ik voelde me oké. De volgende ochtend werd ik echter wakker met een ernstige hoofdpijn, steken vanuit mijn nek naar de linkerslaap. Eerst dacht ik dat mijn lichaam zich fysiek nog wat diende aan te passen aan het nieuwe evenwicht, doch na enkele dagen was die pijn nog steeds aanwezig. Ik betrapte er mezelf op dat ik diep vanbinnen een zekere boosheid richting Ko voelde. “Verdorie, Ko heeft misschien mijn nekspieren geforceerd, en wie weet zit ik nu met chronische hoofdpijn opgepadeld.” Ik besloot om Ko hierover nog niet te contacteren, daar ik me door onderliggende emoties zou kunnen laten meeslepen. Na een tweetal weken verdwenen de klachten en voelde ik me stukken beter, voor het eerst sinds vele jaren voelde mijn nek soepel aan, en was mijn hoofd frisser.

Na verloop van tijd heeft Ko nog twee vervolgsessies gegeven, en deze gaven geen pijnlijke bijverschijnselen meer. Waarschijnlijk was er tijdens de eerste sessie een grotere onbalans recht te zetten en sommige transformaties gaan nu eenmaal niet zonder slag of stoot.

Ik beseft dat dit verhaal niet enkel rozengeur en maneschijn bevat, maar ik geef het jullie eerlijk mee zodat je weet dat ook dit tot de mogelijkheden behoort. Ik wens er echter op te wijzen dat Ko weet waar hij mee bezig is en dat je zeker mag zijn van een zorgzame behandeling en begeleiding. Bovendien is dit geen negatief verhaal, integendeel. Ik was gewoon even ondersteboven van het eerste effect, maar wist wél dat ik het eerst tijd moest geven vooraleer te reageren. Ik ben Ko dankbaar voor de fysieke verlichting die hij me heeft bezorgd en op energetisch vlak heeft het zeker ook zijn positieve uitwerking.” L.G.

“In augustus van dit jaar ging ik voor het eerst naar Ko. Ik had lang gearzeld, omdat ik bang was dat de balansbehandeling bij mij een te hevige emotionele reactie teweeg zou brengen. Toch besloot ik een afspraak te maken, vooral omdat ik dacht dat het goed voor me zou zijn in algemene zin. Ik had ook al maanden last van het carpaal tunnel-syndroom in mijn linkerpols. Weliswaar leek rust goed te doen, maar echt over ging het niet.

Ko legde me die eerste keer heel zorgvuldig en duidelijk uit wat de balansbehandeling inhield en wat hij zou gaan doen. Daarna vroeg hij nog een keer expliciet of ik er zeker van was dat ik het wilde.

De eerste keer was nog wat onwennig, maar het voelde vlug heel lekker en rustig. In de week erna voelde ik me heel goed: sterk in lichamelijk, maar ook in geestelijk opzicht. Ik nam een belangrijke beslissing met een stelligheid, die mezelf eigenlijk best verbaasde. En ik voelde me goed, beter dan ik me in tijden gevoeld had.

Daarna kwam ik een maand iedere week bij Ko. Mijn carpaal tunnel-syndroom verdween nog meer en ik bleef me zeker en goed voelen ondanks dat ik behoorlijk moest wennen aan het nieuwe leven, dat ik had gekregen door de ingrijpende beslissing, die ik had genomen. Als ik bij Ko was geweest sliep ik de nacht erna heel diep en heel lang. Heel bijzonder voor mij!

Daarna kon ik pas een maand later met Ko afspreken, omdat ik lang niet thuis was. Maar het bleef goed gaan, zowel lichamelijk als geestelijk. Ik ben heel blij dat ik besloten heb naar Ko te gaan, want het heeft mij veel goeds gebracht. Dank je wel, Ko en tot de volgende keer!” V.W.

“Op het fietsje naar Middelburg, gespannen, geen flauw idee wat ik ga doen.

Op het fietsje terug naar Arnhem, ontspannen, enorme behoefte om te giechelen. Ik probeer het in te houden, denk na een paar minuten: waarom zou ik, en geef toe. Het giechelen gaat over in schaterlachen, totdat ik bijna thuis ben, dan krijg ik me gelukkig weer een beetje onder controle. Tot op heden krijg ik nog steeds lachkriebels als ik er met iemand over praat. Met uitzondering van dinsdagavond, toen werd het opeens huilen. Het lachen beviel me toch beter, van huilen word ik niet echt knapper!

Net na de depolarisatie had ik het echt enorm warm, alsof ik 40 graden koorts had. Dit is het hele weekend zo gebleven, alleen gelukkig niet meer zo geconcentreerd in mijn hoofd, maar wat gelijkmatiger verdeeld.

We hebben al veel jaren grote problemen thuis met de gezondheid van mijn man, en langzaam maar zeker was ik aan het opbranden. Van de vader van Ko, onze dirigent, kreeg ik een kaartje: kijk eens op deze website.

Heel vaak was ik enorm druk, misschien wel omdat ik niet durfde te laten zien hoe ik me echt voelde. Sommige mensen die wat verder keken vroegen de laatste tijd of het wel met me ging. Blijkbaar was het duidelijk dat die vrolijkheid nep, en een overlevingsstrategie was. Nu, na de balansbehandeling, ben ik nog steeds enorm hyper. In het begin vond ik dat tegenvallen, ik had gehoopt dat de stilte in mijn hoofd die ik vlak na ervoer zou blijven. Het verschil is dat mijn drukte nu komt van een overschot aan energie, het is echte vrolijkheid en energie, en geen doen alsof meer.

Vanavond hadden we een extra repetitie. Ik ben met windkracht 6 op de fiets gegaan, ik had perse die beweging nodig. Ik bruis en loop over. Voor mijn werk beantwoord ik telefoontjes van mensen die problemen met hun uitkering hebben. Dat zijn vaak moeilijke gesprekken. De laatste dagen heb ik alleen maar leuke gesprekken. Al na mijn begroeting kalmeren de mensen, en we nemen, na een gesprek van maar een paar minuten, afscheid als vrienden. De dag vliegt voorbij! De nacht van zondag op maandag werd ik na een uurtje slaap wakker. Ik viel niet meer in slaap, heb de rest van de nacht alleen maar mijn gedachten laten stromen. Het was geen piekeren, geen ergeren dat ik niet meer inslaap viel, het was rust. Ik heb absoluut geen last gehad van deze nacht niet slapen, het was helend.

Wat er afgelopen vrijdag is gebeurd is mijns inziens de stap van overleven naar leven. En dat na één sessie. Ik kijk nu al uit naar de rest van mijn leven. Het gaat alleen maar nog beter worden.”
P.P.

“Jarenlang had ik pijn aan mijn linkse schouder. Daar kwam pijn in mijn linkse voet bij. Sinds een paar jaar geleden kreeg ik ook last rond de onderrug.

Ik hou me dagelijks bezig met verschillende vormen van lichaamsbeweging, zoals krijgskunst en dansen. Balans, bewustzijn van energie en rust zijn daarbij belangrijke elementen, maar de laatste tijd gaan deze zaken verder achteruit. Hoe meer en harder ik train, des te meer en erger de pijn wordt.

Tot nu toe werkten de behandelingen van huisarts, ziekenhuis, fysiotherapie, massage en podoloog niet en begon ik het zoeken van hulp op te geven. Tot ik onlangs weer in contact kwam met Ko de Rooij, een oude goede vriend, en ik zijn website bezocht. Ondanks enige angst voor de balansbehandeling, geloofde ik dat het de laatste kans was om verbetering in mijn lichaam en leven te brengen.

Eerst controleerde hij mijn lichamelijke toestand door verschillende testen. Met opzet zei ik niets over hoe en waar mijn lichaam zeer deed. Toch zag hij meteen de verkeerde balans van mijn lichaam. Elke stap legde hij langzaam en duidelijk uit. Hierdoor voelde ik me ontspannen. Voor de balansbehandeling gaf hij me de gelegenheid om bewust een keuze te maken, of ik de behandeling wel of niet wilde ontvangen.

Op het moment dat hij de balansbehandeling gaf, zag ik dat er een wit licht van mijn hoofd naar mijn rug liep. Langzaam ging de warmte door heel mijn lichaam en opeens hoorde ik geen ruis meer. Deze ruis was er altijd geweest, maar dat realiseerde ik me pas op het moment dat de ruis verdween.

Vijf minuten na de balansbehandeling lig ik nog op de tafel. Ik heb altijd een gehaast gevoel gehad van binnen. Dat maakte mij geïrriteerd en druk. Daarbij voelde ik me chaotisch en raakte ik snel in paniek. Dit gevoel was plotseling weg. Er is duidelijk iets in me veranderd, maar het is moeilijk te verwoorden wat er nu precies gebeurd is.

Onderweg naar huis lijkt de lucht lichter en zien de bomen er mooier uit. Mijn voet had opeens geen pijn meer en ik kon lopen zonder bewust te zijn van de pijnen van mijn lichaam. Dezelfde weg, maar een andere ervaring, met een nieuw gevoel en tijdsbesef.

Het is nu ongeveer een week geleden. Ik draai gemakkelijk op de dansvloer, zonder angst voor pijn aan de linkerkant van mijn lichaam en ik train jiu-jitsu met een gevoel van energie en balans. Hartelijk bedankt, Ko, voor de vriendschap en de nieuwe levensweg.” A.M.

“Een jaar later...

Vorig jaar juni bracht ik een bezoek aan Ko op aanraden van mijn dochter. Bijna overspannen en dus helemaal uit balans. Eerst een gesprekje en dan naar boven en op de tafel. Wel wat gespannen, want de eerste keer is toch een beetje eng.

Ko kijkt eerst of je lichaam in balans is, voeten gelijk, heupen gelijk, schouders en dan de armen omhoog doen. Nou, dat valt nog goed te doen. Daarna neemt hij je hoofd in zijn handen en draait het voorzichtig naar rechts of links. Hij geeft er een soort beweging aan wat je door je hele lijf voelt. De eerste keer voelde ik een behoorlijke pijnscheut in mijn onderrug, maar dat is mijn zwakke plek. Speelt ook altijd op als ik moe ben of ergens over tob. `k Ben nog 5 minuten blijven liggen omdat het toch wel een beetje zweverig aanvoelde.

Onderweg naar huis voelde ik een soort warmte door mijn lichaam stromen en ik werd gaandeweg wat meer ontspannen. Drie dagen later was ik terug voor de tweede sessie.

De eerste drie weken ging ik twee keer in de week bij Ko langs en geleidelijk aan bouwden we af. Het ging steeds beter met me. Wel had ik af en toe een vreemde gewaarwording. Soms was ik zo ontspannen dat ik niet goed opleette in het verkeer, soms wat “dronken”, soms erg lacherig, maar geen nare ervaringen.

Mijn rugpijn is verdwenen (kan mijn sokken weer normaal aandoen) en ik voel me weer helemaal de oude. Nu ga ik nog af en toe naar Ko als ik denk dat ik het nodig heb. Dat voel ik nu redelijk goed aan.

Voor ik ging, dacht ik dat is vast niets voor mij, een nuchtere Zeeuwse, maar het heeft niets met hokus-pokus te maken, alleen dat je lichaam en geest allebei in balans moeten zijn met elkaar wil je goed kunnen functioneren. Het is me zelfs gelukt om in oktober op eigen kracht na 39 jaar te hebben gerookt hiermee te stoppen. Zo goed zit ik weer in mijn vel.

Ko, wat jij met me doet, doet me goed!” E.P.

“Beste Ko,

Ik kon niet langer dan een dag wachten om je op de hoogte te brengen van mijn ervaringen.

Na de depolarisatie had ik gezegd dat ik me een beetje dronken voelde. Ik denk dat "geestelijk verheugd" een juistere omschrijving is. Ik had heel sterk het gevoel dat ik erg hard moest lachen en ook de indruk dat mijn bovenlichaam langer was. Ik voel me nog steeds fantastisch! Mijn geest is zo'n helder! Alsof ik eindelijk uit een lange slaap ontwaakt ben. Er is weer een connectie met mijn onderbewustzijn. Ik had echt niet verwacht dat die balansbehandeling zo'n impact zou hebben. Ik praat de hele tijd met overgave over wat ik heb meegemaakt bij u thuis. Ik zit boordevol energie, mijn buik zit vol kriebels, ik voel me echt GOED! Gisteravond wanneer ik nog een repetitie had met een bandje, speelde ik anders dan gewoonlijk. In mijn improvisaties speelde ik voor de eerste keer écht wat ik wilde en voelde! Ik kon ook meer bewust experimenteren met ritmes zonder dat het loos liep. Het was geweldig! Iedereen had ook de indruk dat ik nogal "hevig" was.

Mijn heupen staan nog steeds iet-of-wat gelijk, maar heb toch de indruk dat ze weer snel gaan hervallen in hun vorige positie (scheef dus). Maar ik geniet en blijf genieten van deze zalige sensatie in mijn hoofd (eigenlijk in mijn hele lichaam), het heeft letterlijk iets losgemaakt. Alleszins harrrrrtelijk bedankt om mij kennis te laten maken met mezelf! Ik ben meer dan aangenaam verrast! (En ik heb zo'n gevoel dat dit meer gaat gebeuren.)

Groetjes en tot binnenkort!" R.C.

“Hoi Ko,

Allereerst wil ik je bedanken voor je belangeloze inzet, vanuit de mooie overtuiging dat het Universum voor ons zorgt!

Ik was afgelopen maart op de paranormale beurs in Goes, waar ik in contact kwam met Virginia Kilgore. Haar uitstraling en presentatie trok mij aan, juist omdat het niet “zweverig” was, maar goed wetenschappelijk onderbouwd. Dat maakte me nieuwsgierig, dus probeerde ik het uit. Vanaf dat moment voelde ik inderdaad dat mijn rechter en linker hersenhelften weer samenwerkten. Ik kon weer rationeel denken zonder allerlei belemmerende emoties en angsten, die ik achteraf gezien jaren heb laten overheersen en wegstopte, wat blokkades tot gevolg had. Ik kreeg echt mijn “bewust-zijn” weer terug.

Een maand later verviel ik weer in mijn oude gedragspatroon. Tot Virginia mij belde en doorverwees naar Ko, die mij een duidelijke uitleg gaf over spierspanning, de wisselwerking tussen lichaam en geest, het in en uit balans zijn en mij vervolgens een balansbehandeling gaf.

Toen kwamen de tranen en begon voor mij de verwerking van oud zeer. De dagen erna heb ik veel gehuild. Drie dagen later ben ik weer geweest. De weken daarop 1x per week en nu 1x in de drie weken. Er zijn inmiddels heel wat puzzelstukjes van mijn leven op z'n plaats gevallen. Het was heftig, moeilijk, emotioneel en leerzaam, maar zeker de moeite waard!

Ik heb de balansbehandeling gecombineerd met Reiki, wat heel goed werkte. Kortom: ik voel me vrijer, kan me beter uiten, krop geen nare gevoelens meer op en hoef geen antidepressiva meer te slikken. Ik heb het blije, spontane kind in mezelf weer teruggevonden.

Wat op je levenspad komt, komt niet voor niets langs. Ko, een dikke knuffel en nogmaals bedankt!” S.S.

“Onmiddellijk na mijn eerste depolarisatie ervoer ik een intense, nieuwe sensatie van in het hier en nu te staan, over een sterke focus te beschikken en tegelijk enigszins 'los' van mijn lichaam te staan; ik zou in dit verband durven spreken van een 'waarnemersperspectief.'

Het overheersende gevoel was een prachtige, kalme vrede; vrede met wie ik op dat eigenste ogenblik was en met het leven in het algemeen.

De lichamelijke effecten dan: het gevoel enkele centimeters te zijn gegroeid (later vernam ik dat dit ook objectief meetbaar is) en 'gelucht' – zoals je een kamer lucht of een kussen opschudt. Ik kan Ko onvoorwaardelijk aanbevelen aan iedereen die met dit bijzondere proces wil kennismaken.” B.L.

“Vorig jaar omstreeks september lukte mij het van de ene op de andere dag niet meer om in slaap te komen. Na eerst de gebruikelijke huis, tuin en keukenmiddeltjes geprobeerd te hebben, ben ik uiteindelijk bij de dokter terechtgekomen en heb slaaptabletten gekregen voor dit probleem.

Omdat van slaaptabletten bekend is dat dit niet echt goed voor je is, ben ik in die periode zelf op zoek gegaan naar alternatieven. Ik heb acupunctuur gehad (wat ik overigens heerlijk vond, maar wat me niet van m'n slaapprobleem af hielp), ik heb een aantal meditatie-trainingen gedaan, ben op yoga gegaan, maar dit alles mocht niet baten.

Heel toevallig zag ik op 2 april de website van Ko de Rooij. Mijn interesse was meteen gewekt en ik ben het stuk van Ko gaan lezen. Ik had meteen het gevoel dat dit het wel eens zou kunnen zijn wat mij zou kunnen helpen. Nog diezelfde dag kon ik bij Ko terecht en kreeg ik mijn eerste balansbehandeling.

Voordat Ko begint, legt hij heel goed uit wat hij gaat doen. Eerst gaat Ko kijken/meten in hoeverre ik uit balans ben. Vervolgens krijg ik een balansbehandeling. Een balansbehandeling duurt slechts een paar seconden en wordt aan zowel de linkerkant als de rechterkant van het hoofd uitgevoerd (snelle beweging). Vervolgens vraagt Ko me om nog 5 minuten te blijven liggen. Ik ben benieuwd wat er gaat gebeuren en óf er iets gaat gebeuren.

Helaas, ik kan niet ontdekken dat er iets met me is gebeurd in de week na mijn eerste sessie. Na een week heb ik weer een afspraak met Ko en wordt het proces herhaald. Na de derde keer dat ik bij Ko ben geweest, word ik me bewust dat ik wanneer ik een balansbehandeling heb gehad, diezelfde dag erg geëmotioneerd ben en het huilen niet meer te stoppen is. Ook al weet ik niet precies wat de reden voor het huilen is, het lukt me wel enorm op en het geeft daarna als alles weer rustig is een “opgeruimd” gevoel. Dit is me zo’n drie keer overkomen.

Ik voel dat er iets aan het veranderen is. Als ik ’s avonds op de bank zit, merk ik dat ik begin te geeuwen en slaperig word. Dit is iets wat me sinds september vorig jaar niet meer is overkomen!! Voor mij echt een teken dat er iets met me gebeurt. Het is niet alleen dat ik weer uit mezelf slaap krijg, ik voel me ook veel sterker worden, krachtiger ook en écht meer in balans. Dit voel ik niet alleen, maar het valt ook mijn omgeving op. Heel voorzichtig ben ik nu begonnen met het afbouwen van de slaaptabletten en ik gebruik nu nog een heel geringe dosis. Het is voor mij na bijna een jaar tobben heel bijzonder dat Ko dit door middel van de balansbehandeling heeft weten te bereiken!” R.C.

“Ik lig een beetje gespannen op de tafel. Wat mij staat te wachten is niks vreselijk engs of spannends, maar toch, het is de eerste keer en eerste keren zijn altijd een beetje eng en spannend. Ko staat op het punt mij mijn eerste balansbehandeling te geven.

Ik heb al lang moeite met in slaap vallen. Vooral de laatste twee jaar dat ik thuis woonde duurde het vaak wel een uur tot anderhalf uur. Met het verhuizen naar Wageningen en het vinden van mijn vriend werd het minder, hoewel ik er de laatste tijd weer steeds vaker last van kreeg. Mijn vriend raadde me aan eens bij Ko langs te gaan en dat deed ik.

Na een aantal spiertesten en uitleg over het hele proces geeft hij me de balansbehandeling, die maar een paar seconden duurt. Daarna vraagt hij me om even vijf minuten alles te laten bezinken. Behalve een langzaam opkomende hoofdpijn, onder in mijn hoofd, voel ik niet zoveel. Ik lig op die tafel en staar naar het plafond. Eigenlijk is er even gewoon niks. Het valt me op dat mijn voeten, die normaal geneigd zijn naar binnen te vallen, dat opeens niet meer doen. Maar dat is alles.

Later op de avond, na een hete douche, lig ik op bed. Ik doe mijn ogen dicht en merk opeens de rust in mijn hoofd op. Het lijkt wel alsof alles stil is daarboven. Het normaal aanwezige gekibbel

en gekwetter is weg. Het heen en weer vuren van gedachten lijkt te zijn opgehouden. Er is gewoon even niks. Ik voel me vredig en rustig. En ook al wil de slaap niet direct komen, deze keer maakt het niet uit. Zonder gepieker en gepeins wacht ik tot mijn dromen me meenemen.

Het is een raar gevoel. Normaal lig ik vaak lang wakker en denk dan aan duizend en één dingen. Hoe meer ik op een dag heb meegemaakt, hoe meer ik eerst een plekje moet geven in mijn hoofd, voordat ik in slaap kan vallen. Vanavond is dat niet het geval, ik lig opgerold in de dekens in een hoekje en luister naar wat er in mijn lichaam gebeurt. Daar is het eigenlijk alleen maar stil.

Zo word ik de volgende ochtend ook weer wakker. Heel rustig en, ook al klinkt het raar, in balans.” C.H.

"Mijn ervaring met de depolarisatie was heel bijzonder. Ik heb al meer dan tien jaar rugklachten en ben dus eigenlijk altijd op zoek naar medicatie of therapie die voor mij wat verlichting kan geven. En in die tien jaar heb ik het eigenlijk nog nooit in iets spiritueels gezocht, omdat dat eigenlijk nog nooit op mijn pad was gekomen. Als ik last had van mijn rug zag ik dit altijd als iets lichamelijks. Tot mijn vriendin me opbelde en mij vertelde over haar ervaring met de balansbehandeling. Ze gaf mij het telefoonnummer van Ko de Rooij en zei dat ik hem altijd eens kon bellen. Na weken met het telefoonnummer rond te hebben gelopen, heb ik uiteindelijk toch gebeld, want ik was toch wel nieuwsgierig geworden ondanks dat ik dacht dat dit niks voor mij was.

Ik had een afspraak gemaakt en met pijn in mijn buik van de zenuwen ben ik naar Ko toe gegaan. Na een heel lang gesprek met Ko te hebben gehad, kon ik me toch heel erg in zijn verhaal vinden. Op de een of andere manier voelde ik me bij een wildvreemd iemand toch erg op m'n gemak en begreep hij me precies. Uiteindelijk na het gesprek heeft Ko wat testen bij mij gedaan en wist hij erg nauwkeurig aan te wijzen waar de grootste blokkades in mijn rug zaten. Zonder dat ik hem dit precies had verteld. Dit was voor mij de druppel: ik was op het juiste adres en wilde graag deelnemen aan het proces. Toen heeft hij me mijn eerste balansbehandeling gegeven.

Na de balansbehandeling, die geheel pijn vrij was, moest ik vijf minuten met mijn ogen dicht blijven liggen. Wat er toen met mij gebeurde is bijna onbeschrijfelijk, maar ik ga het toch proberen. Ik voelde ineens mijn bloed door mijn aderen stromen op de plekken in mijn rug die eerst zo pijnlijk waren. Het werd warm in mijn rug en benen en ik voelde een ongelooflijk rustig en vredig gevoel van binnen. Kortom, ik voelde me heerlijk en voor het eerst in jaren in balans.

Toen ik op mocht staan, was ik nog een beetje zweverig. Wat was ik dicht bij mezelf gekomen, en door zoiets kleins eigenlijk, want de balansbehandeling is heel kort. Ik had nooit verwacht dat dit kon. Die week ben ik nog twee keer geweest en daarna een keer per week. En nu gaat het eigenlijk zo goed dat ik af en toe nog eens ga. Om het bij te houden.

Sinds ik de balansbehandelingen krijg, ben ik veel rustiger en minder snel gestrest. Ik bekijk alles gewoon anders. En mijn lichamelijke klachten zijn ook veel minder dan vroeger. Dus voor mij is het duidelijk geworden dat rugpijn niet alleen iets lichamelijks is, maar ook iets geestelijks kan zijn. Alles staat met elkaar in verbinding. En als ik in balans ben, gaat de rest zoals mijn rug ook beter. Terwijl dit toch iets was waar ik niet in geloofde." M.B.

"Toen ik via een vriend kennis leerde maken met de balansbehandeling, wist ik niet wat het was en wat ik ervan moest verwachten. Nadat ik wat meer informatie had gelezen, werd het mij meer duidelijk wat de kern was van het proces.

Ik was met sporten door mijn rug gegaan, had een verdraaide en geblokkeerde wervel en erg veel pijn! Daardoor kon ik niet goed functioneren en slapen ging ook moeizaam. Ik zat thuis en voelde me rot. Ik besloot om de balansbehandeling te proberen, ondanks dat de dokter me een manueel therapeut had aangeraden...

Ko ving me uitstekend op en ik voelde me ook gelijk op mijn gemak bij hem. Kort na de eerste sessie merkte ik dat ik aan het veranderen was. Alles kraakte in mijn lichaam en het leek alsof ik mezelf een andere houding aanleerde. Er was iets in werking gezet. Naarmate er een aantal weken verstreken en ik een aantal sessies achter de rug had, ging het steeds beter met me.

Tijdens en na de balansbehandeling voelde ik een rust die ik zelf (nog) niet kon oproepen. Nooit heb ik geweten hoe het is om helmaal vrij te zijn van spanningen. Een keer na een balansbehandeling liet Ko me even rusten. Ik heb me nog nooit zo gevoeld als toen. Het gevoel is moeilijk te beschrijven, maar het leek alsof ik één was met alles in en om me heen. Toen wist ik hoe het voelde om in balans te zijn. Het leek alsof hij uren weg was geweest, terwijl het maar 5 minuten waren, naar zijn zeggen: het was een spirituele ervaring.

Ik merk nu dat ik vaker meer concentratie en energie heb, ik slaap weer beter en herken steeds weer situaties of gewoontes die me uit balans brengen. Dit laatste is erg van belang, omdat dit je kan helpen beter om te gaan met spanningen die daaruit voortkomen. Ik ben bewuster geworden van mijn eigen lichaam en geest en hoe deze met elkaar in verbinding staan, maar ook hoe ik zelf omga met dingen in het leven. Ook al heb ik de hulp van Ko af en toe nog nodig, ik merk dat ik zelf steeds meer grip krijg op mijn leven. Ik voel mezelf gezonder en ben meer van mezelf en het leven gaan houden.

Ko bedankt!" D.A.

"Ik kan iedereen aanraden om meer over de balansbehandeling te leren en nog liever; het zelf te ondervinden.

Mijn eerste ervaring met de balansbehandeling was veruit boven al mijn verwachtingen en ik kan niet wachten om een nieuwe afspraak te maken (bij deze... :-))! Niet alleen voelde ik heel duidelijk hoe mijn lichaam weer in balans gebracht werd, maar belangrijker: hoe er een harmonieuze balans tussen lichaam, geest en ziel gecreëerd werd!

Dank je wel Ko!" E.K.